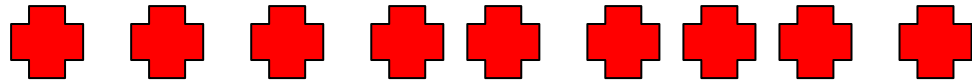


Erinnerst du dich an deinen letzten Besuch beim Arzt?

Kreuze an, welche Symptome du damals hattest.



Ich fühlte mich kraftlos.

Ich fröstelte.

Ich hatte keinen Appetit.

Ich hatte Kopfschmerzen.

Ich hatte Fieber.

Meine Nase war verstopft.

Ich hatte Bauchschmerzen.

Mir war schwindlig.

Mir war schlecht.



Heftpflaster aufkleben

Autsch!

Eine Schnittwunde!

Mit kaltem Wasser
abspülen!

Vorsichtig trocknen!

Schutzstreifen abziehen!

Genau auf die
Wunde kleben!

Nicht so schlimm!
Schon geht es weiter!



Ordne die Bilder richtig zu!

Beantworte bitte diese Fragen!

Das esse ich am liebsten:



Das mag ich gar nicht:

Das isst oder trinkt man heiß:

Das isst oder trinkt man kalt:

Das ist gesund:

Das ist nicht gesund

Ordne richtig zu!

Zähne putzen

spät schlafen gehen

viel fernsehen

Vollkornbrot

Vor dem Essen Hände waschen

viele Stunden vor dem Computer sitzen

viele Süßigkeiten essen

genügend Schlaf

wenig trinken

sich täglich waschen

Bewegung an der frischen Luft

Sport

Obst und Gemüse

wenig Bewegung

zu hastig essen



Das hält mich gesund:



Das macht mich krank:

Ich helfe beim Kochen



Schreibe die fehlenden Begleiter zu den Lebensmitteln.

Heute koche ich mit meiner Mutter. Sie zeigt mir
 Fleisch, das sie gekauft hat.

Dazu hole ich Kartoffeln aus dem Keller.

Zu beidem passt frische Salat,

in den ich Gurke und Tomate
mische.

In Suppe streue ich Salz.

Zum Nachtisch bereite ich einen leckeren
Obstsalat zu.

Zuerst muss ich Äpfel waschen.

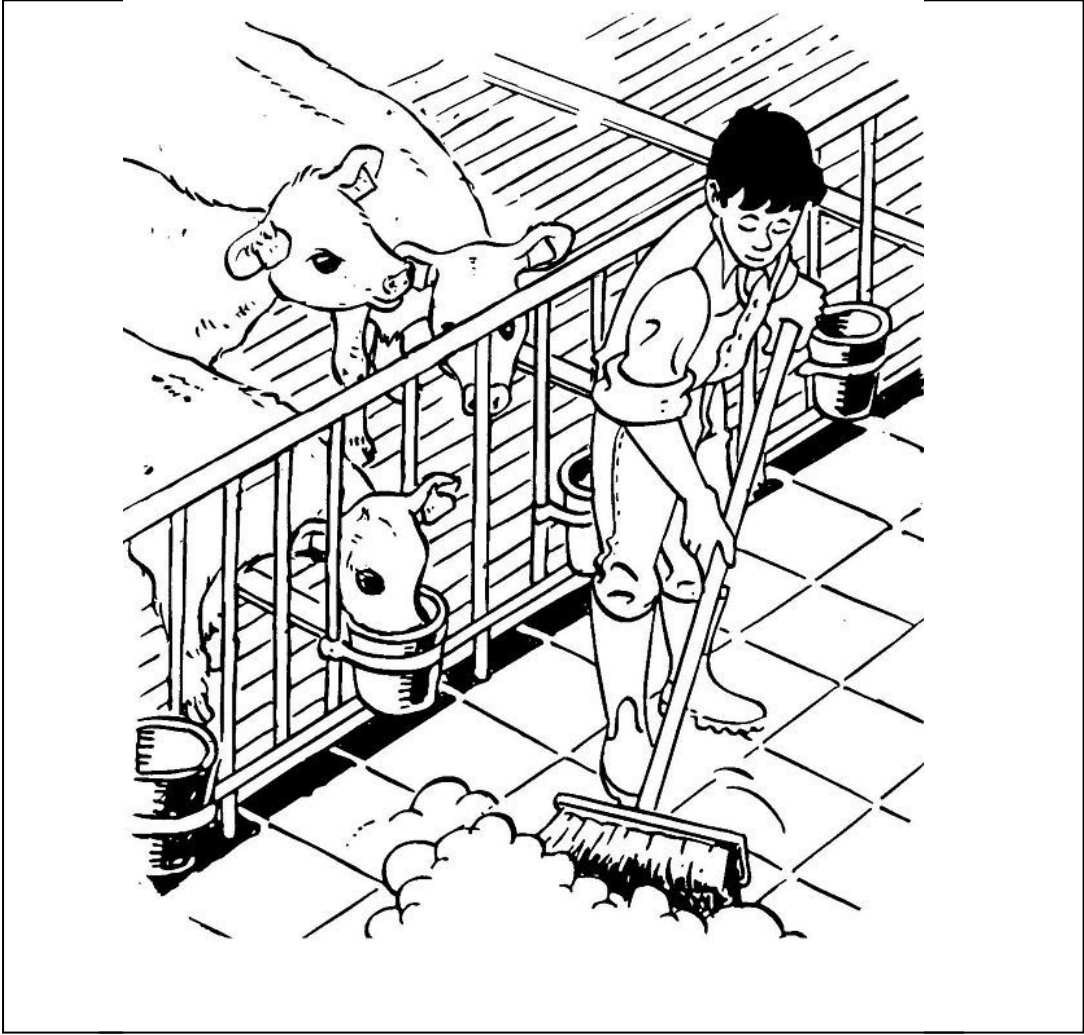
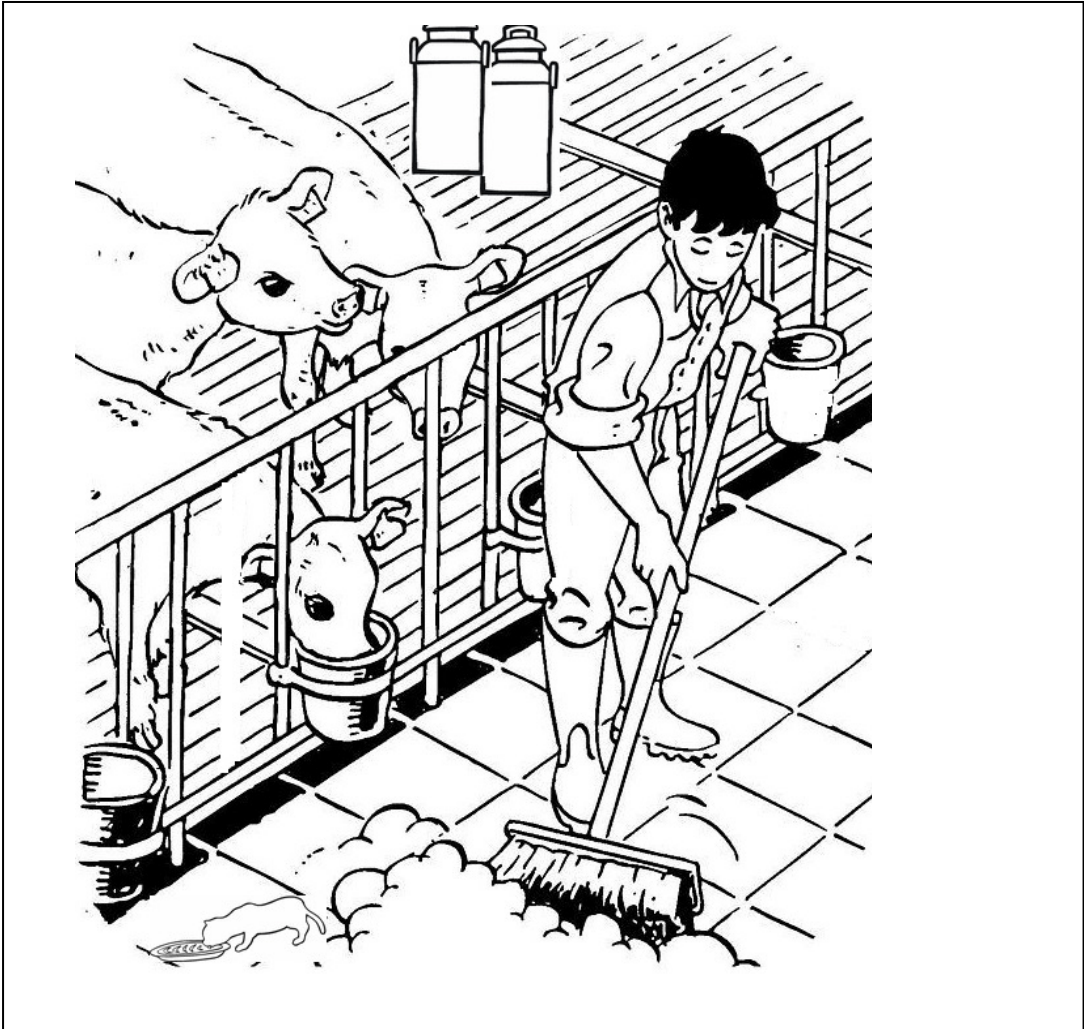
Auch Birnen halte ich gleich unter den
Wasserhahn.

Zum Glück muss ich nicht auch noch
Banane und Wassermelone waschen.

Dafür werden sie geschält, wie auch

Orange und Ananas.

Jetzt fehlen nur noch Kaffee und
 Kakao.



Ordne richtig zu!

Erbsen

Zuckerl

Schlagobers

Bohnen

Melone

Kakao

Wasser

Brot

Erdbeere

Semmel

Jogurt

Fruchtsaft

Käse

Paprika

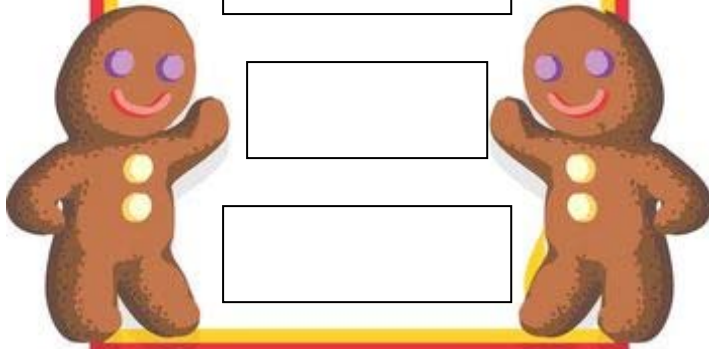
Müsli

Apfel

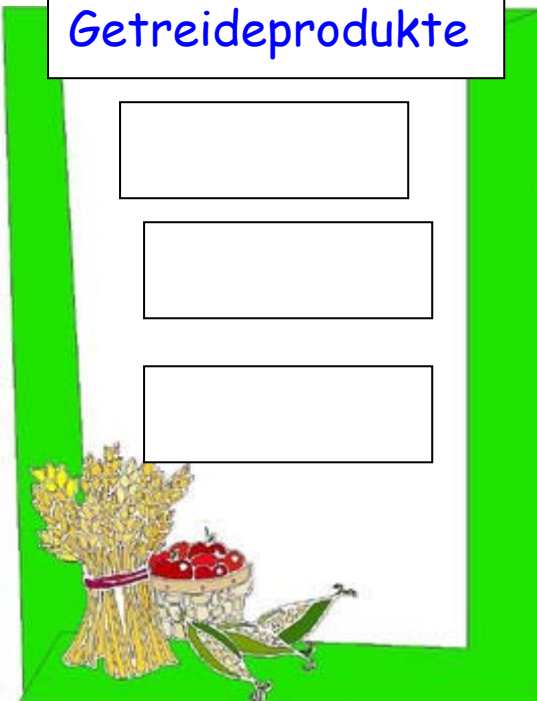
Torte

Eis

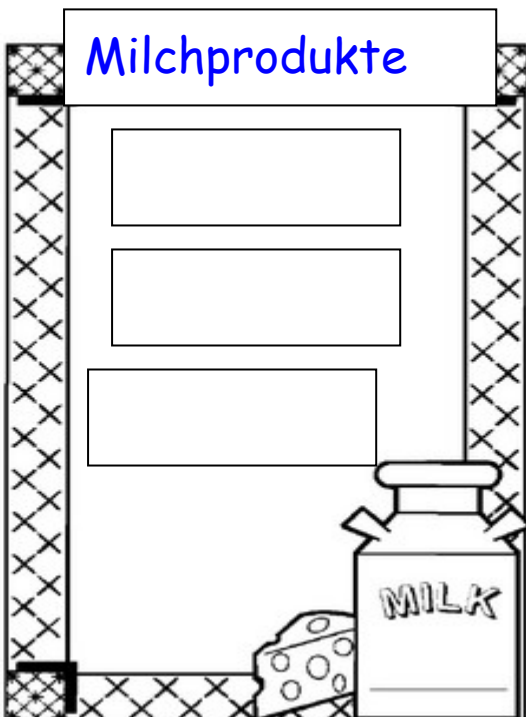
Süßigkeiten



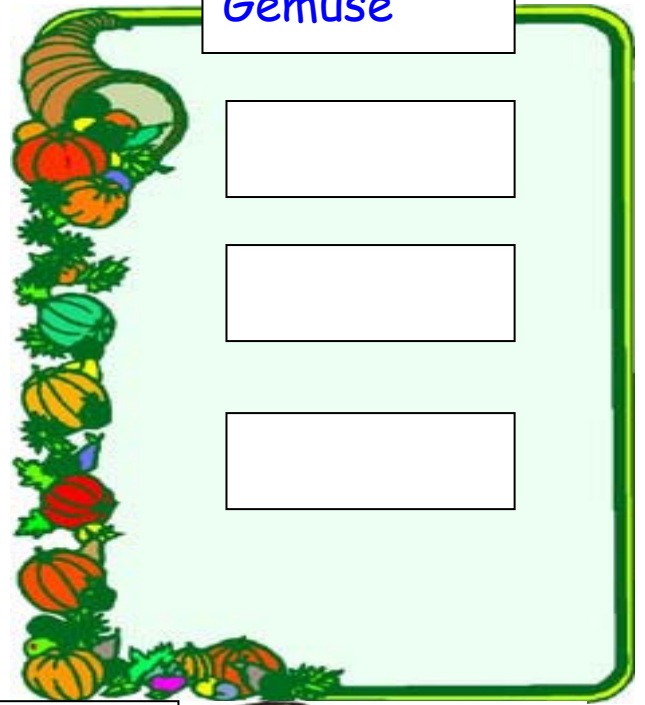
Getreideprodukte



Milchprodukte



Gemüse



Getränke



Obst

